



## वन्दना ।

### दोहा ।

मम मति नित प्रेरत रुचिर भासत प्रज्ञारूप ॥

भजत भक्ति हित उस पराविद्या ब्रह्मस्वरूप ॥ १ ॥

आत्मबोध भाषा करत निज उर हेत प्रमोद ॥

भजत बोधमय ब्रह्म जो विलसत करत विनोद ॥ २ ॥

जो मन बुद्धि वाणी अगम निगम न पावत पार ॥

सोइ मम उर विलसत सदा करत कलोल अपार ॥ ३ ॥

अहो भारती मम हृदय यसहु सदा अस होय ॥

तव स्वरूप रत नित मगन अपर न जानहुँ कोय ॥ ४ ॥

( २ )

करुणा करि करुणा करिय ब्रह्मरूपिणी बुद्धि ॥

संतचित्त सुख अनुराग में यहि तनु पावहुँ शुद्धि ॥५॥

पढ़त सुनत यहि ग्रन्थ के ब्रह्मभाव अस आव ॥

क्रमक्रमसे परमात्मसुखअधिकअधिकअधिकाव ॥६॥

बहु जन्मन के कर्म की होयँ वासना दूर ॥

भिदहिं तापत्रय होय अस अतिपुरुषारथ पूर ॥७॥

सूर्यदीन शुक्ल

---

# श्रीआत्मबोध



श्रीमच्छंकराचार्यप्रणीत

ॐ तपोभिः क्षीणपापानां शान्तानां वीतरागिणाम्

मुमुक्षूणामपेक्ष्योऽयमात्मबोधो विधीर्यते ॥ १ ॥

बोधोऽन्यसार्धनेभ्यो हि साक्षान्मोक्षैकसाधनम् ॥

पाकस्य बह्विवज्ज्ञानं विना मोक्षो न सिध्यति ॥ २ ॥

यह आत्मबोध विधि कहत चहते हैं जासू ॥

तप से हतअथ शमरत विरागि जिज्ञासू ॥ १ ॥

दूसर साधन से ज्ञानहि एक साधन अस ॥

विन ज्ञान मोक्ष नहि सिद्ध पाक पारक अस ॥ २ ॥

पट् सम्पत्ति आदि तप से पापविहाने, शान्तचित्त,

वैराग्यवान्, मुमुक्षु पुरुषों को आवश्यक यह आत्मबोध

विधिपूर्वक वर्णन करता हूँ ॥ १ ॥ दूसरे साधनों से

ज्ञानही एक स्वयं मोक्ष का साधन है विना ज्ञान मोक्ष

नहीं सिद्ध होता है जैसे विना अग्नि रसोई ॥ २ ॥

४ श्रीआत्मबोध सटीक ।

अविरोधितया कर्म नोविद्या विनिवर्तयेत् ॥  
विद्याऽविद्या निहन्त्येव तेजस्तिभिर्संघवत् ॥ ३ ॥  
परिच्छिन्न इवाज्ञानात्तनाशे सति केवलः ॥  
स्वयं प्रकाशते ह्यात्मा मेधापायेऽशुमानिव ॥ ४ ॥

नहिं हरत कर्म अज्ञान विरोधे न तैसे ॥  
अज्ञान ज्ञानही हरत तेज तम जैसे ॥ ३ ॥  
आत्मा अवोध से छिन्न एक उस नोशत ॥  
जैसे दुरत मेध के भानु आपही काशत ॥ ४ ॥

विरोधे न रखने से कर्म अज्ञान को नहीं दूर  
करसका ज्ञानही अज्ञान को नाश करता है जैसे  
तेज बहुत अधरे को ॥ ३ ॥ आत्मा अज्ञान से  
ढका हुआ सा है उसके दूर होतेही इकल्ला अपने  
आप प्रकाशित होता है जैसे बादल हटने से  
सूर्य ॥ ४ ॥

## श्रीआत्मबोध सटीक ।

५

अज्ञानकलुषं जीवं ज्ञानाभ्यासाद्धिं निर्मलम् ॥  
कृत्वा ज्ञानं स्वयं नश्येज्जलं कतकरेणुवत् ५  
संसारः स्वप्नतुल्यो हि रागद्वेषादिसंकुलः ॥  
स्वकाले सत्यवद्भाति प्रबोधेऽसत्यवद्भवेत् ॥ ६ ॥

अज्ञानमलीना जीव ज्ञान से भोसत ॥  
जस नीर<sup>१०</sup> निर्मली<sup>११</sup> आपे ज्ञान करि नार्शत ॥५॥  
है<sup>१२</sup> राग द्वेष से भरा जगत जस सोये ॥  
स्वसमय सत लखत भूठ इव बोधहि होये ॥६॥

जीवात्मा अज्ञान से मलीन है ज्ञान के अभ्यास से ही निर्मल होता है और ज्ञान को करके फिर ज्ञानाभ्यास अपने आप नार्श हो जाता है जैसे जल को निर्मली<sup>११</sup> ॥ ५ ॥ राग द्वेष से भरा हुआ संसार स्वप्न की वरारही है अपने समय में ( अज्ञान दशा में संसार सोते समय स्वप्न ) सच्चासा मालूम होता है और ज्ञान होने तथा जानने पर भूठा हो जाती है ॥ ६ ॥

## ६ श्रीआत्मबोध सटीक ।

तावत्सत्यं जगद्भाति शुक्लिकं रजितं यथा ॥  
 यावन्न ज्ञायते ब्रह्म सर्वाधिष्ठानमद्वयम् ॥ ७ ॥  
 सच्चिदात्मन्यनुस्यूते नित्ये विष्णौ प्रकल्पिताः ॥  
 व्यक्तयो विविधाः सर्वा हार्दके कटकादिवत् ॥ ८ ॥

जैस रजित सीपे जग सत्य लखित है तबतक ॥  
 इक ब्रह्म सकल आधार नै जानिये जवतक ॥ ७ ॥  
 सब विविधे जाति बन्धन कल्पित भगवाना ॥  
 नित सच्चिदात्म में कनेक कटकईच नाना ॥ ८ ॥

जवतक सबको आधार अद्वितीय ब्रह्म नहीं जाना  
 जाता है तबतक संसार सत्य मालूम होता है जैसे  
 सीपे में चाँदी ॥ ७ ॥ सब अनेक प्रकार के जीव  
 नित्यस्वरूप सच्चिदानन्द भगवान् में बँधे हुए कल्पित हैं  
 जैसे सुवर्ण में कड़े आदि ॥ ८ ॥

## श्रीआत्मबोध सटीक ।

७

यथाकांशो हृषिकेशो नानोपाधिगतो विभुः ॥  
तद्भेदोऽद्भिर्नैवद्भ्याति तन्नाशो सति केवलः ॥६॥  
नानोपाधिवशादेवं जातिनामाश्रमादयः ॥  
आत्मन्यारोपितास्तोये रसवर्णादिभेदवत् १० ॥

प्रभु पुरन भेद उपाधि विविधगत बहुईव ॥  
भासत एकहि उसनाशत जस सोहत चिन् ॥६॥  
वर्णाश्रम नाम उपाधि भेद से नाना ॥  
आत्म में कल्पित जस जल रस रंग भाना ॥१०॥

इन्द्रियों का स्वामी सर्वव्यापी परमात्मा अनेक प्रकार की उपाधियों में मिलके उनके भेद से जुदासाँ मालूम होता है और उन उपाधियों के नाश होतेही इकल्ला देख पड़ता है जैसे आकाश ॥ ६ ॥ जाति आश्रम नाम आदिक अनेक प्रकार की उपाधि के वश से ही आत्म में कल्पित हैं जैसे जल में सीठा खारी आदि रस व सफ़ेद नीला आदि रंग ॥१०॥



८ श्रीआत्मबोध सर्गक ।

पञ्चीकृतमहाभूतसम्भवं कर्मसञ्चितम् ॥

शरीरं सुखदुःखानां भोगायतनमुच्यते ॥ ११ ॥

पञ्चप्राणमनोबुद्धिदशेन्द्रियसमन्वितम् ॥

अपञ्चीकृतभूतोत्पन्नं सूक्ष्माङ्गं भोगसाधनम् ॥ १२ ॥

पञ्चीकृत भूतज कर्म सुसञ्चित देहो ॥

यहि कहत थूल सुख दुख भोगन कर गेहा ११

तनुलिङ्ग दशेन्द्रिय मन बुद्धि प्राण सयोगा ॥

भवभूत अपञ्चीकृत है साधन भोगा १२

पञ्चीकरण महाभूत से उत्पन्न, कर्मों का ढेर, सुख दुःख के भोगने का घर, शरीर कहार्ता है ॥ ११ ॥

पाँचों प्राणों मन बुद्धि दशों इन्द्रियों इन १७ तत्त्वों से

युक्त अपञ्चीकरण महाभूत से उत्पन्न सुख दुःख आदि

भोगों का साधन करनेवाला सूक्ष्म शरीर है ॥ १२ ॥

## श्रीआत्मबोध सटीक ।

६

अनाद्यविद्याऽनिर्वाच्या कारणोपाधिरुच्यते ॥  
 उपाधि<sup>१</sup> त्रितयादन्य<sup>२</sup>मात्मानमवधारयेत् ॥ १३ ॥  
 पञ्चकोशादियोगेन तत्तन्मय इव स्थितः ॥  
 शुद्धात्मानीलवस्त्रादियोगेन स्फटिको यथा १४ ॥

मायामय अकथ अनादि कहिय तनु हेतू ॥  
 न्यारा उपाधि<sup>३</sup>त्रय आत्म धरिय चित चेतू १३  
 शुद्धात्म कोशगत उस उसमय अस राजत ॥  
 जस शुभ्र फटिक नीलादि वर्त्त संग आजत १४

कहने में न आनेवाला अनादि काल की माया से भरा हुआ कारण शरीर कहाँता है आत्मों को इन तीनों उपाधियों से अलग समझिये ॥ १३ ॥ आत्मा निर्मल है अज्ञमयादि पाँच कोशों के संयोग से उस उस धर्मवाला सौ स्थित जान पड़ता है जैसे नीले आदि वर्त्तों के साथ स्फटिकमणि ॥ १४ ॥

वपुस्तुंषादिभिः कोशैर्युक्तं<sup>२</sup> युक्त्यावर्धितः ॥

आत्मानमन्तरं शुद्धं विविच्यात्तण्डुलं यथा ॥ १५ ॥

तदा सर्वगतोऽप्यात्मा न सर्वत्रावभासते ॥

बुद्धावेवावभासेत स्वच्छेषु प्रतिविम्बवत् ॥ १६ ॥

जसं तुप्रयुत तण्डुलं कूटि युक्तिर्करि धारिय ॥

युत कोश विमल परमात्म सुचित्त विचारिय १५

सर्वगत भी आत्म तदपि न सर्वत्र भासत

प्रतिविम्बं मुकुर इव स्वच्छ बुद्धि में कासंत १६

कोशों से युक्त निर्मल अन्तरात्मा को युक्ति से विचारपूर्वक ग्रहण करना चाहिए जैसे कूटने से भूसी आदि से मिले हुए चावल को ॥ १५ ॥

तोभी सबमें रहता हुआ भी आत्मा सबमें नहीं मालूम होता बुद्धि में ही मालूम होता है जैसे निर्मल शीशो आदि में प्रतिविम्ब ॥ १६ ॥

## श्रीआत्मबोध सटीक ।

११

देहेन्द्रियमनोबुद्धिप्रकृतिभ्यो विलक्षणम् ॥  
तद्वृत्तिंसाक्षिणं विद्यादात्मानं राजवत्सदा १७  
व्यापृतेष्विन्द्रियेष्व्वात्मा व्यापारीर्वाविवेकिनाम् ॥  
दृश्यतेऽभ्रेषु धावत्सु धावन्निव यथा शशी १८ ॥

आत्म देहेन्द्रिय मन बुधि प्रकृति विलक्षण ॥  
जानिये उन साखी नित नृपसरिस...विचक्षण १७  
इन्द्रियरत कुमतिन आत्म सरिस व्यापारी ॥  
लखिये धावत दारिद जैस शशि ईव चारी १८

देह इन्द्रिय मन बुधि प्रकृति इन सबसे  
विलक्षण इनके कासों का साखी आत्माको सदैव  
राजा के समान जानिए ॥ १७ ॥ अज्ञानियों का  
आत्मा इन्द्रियों के मेल होने में व्यापारी सी  
दिखलाई देता है जैसे दौड़ते हुए बादलों में  
दौड़ता सी चन्द्रमा ॥ १८ ॥

आत्मचैतन्यमाश्रित्य देहेन्द्रियमनोधियः ॥  
 स्वकीयार्थेषु वर्तन्ते सूर्यालोकं यथा जनाः १६ ॥  
 देहेन्द्रियगुणान्कर्मण्यमृतो सच्चिदात्मनि ॥  
 अर्ध्यस्यन्त्यविवेकेन गगने नीलिमादिवत् २० ॥

मन बुधि<sup>१</sup> देहेन्द्रिय लहि चिदात्म आधार ॥  
 लागैत निजविषय उदितरवि जस संसारा १६  
 देहेन्द्रिय गुण अरु कर्म अविद्याध्यासा ॥  
 निर्मल चिदात्म में जस नीलिमा अकासा २०

देह इन्द्रिय मन बुद्धि ये सब चैतन्यात्मा का  
 आसरा लेकर अपने अपने कामों में लगते हैं जैसे  
 प्राणी सूर्योदय को ॥ १६ ॥ देह इन्द्रिय गुण कर्म ये  
 सब निर्मल सच्चिदानन्द परमात्मा में अज्ञान से कल्पित  
 हैं जैसे आकाश में श्यामता ॥ २० ॥

अज्ञानान्मानसोपाधेः कर्तृत्वादीनि चान्मोनि ॥  
कल्पन्तेऽम्बुगते चन्द्रे चलनादिर्यथाम्भसः ॥ २१ ॥  
रागेच्छासुखदुःखादि बुद्धौ सत्त्वां प्रवर्तते ॥  
सुषुप्तौ नास्ति तन्नाशे तस्माद्बुद्धेस्तु नात्मनः २२

जैसे जलगत शंशि जल चलन अविद्या जल्पित ॥  
मन की उपाधि कर्तृत्व आत्म में कल्पित ॥ २१ ॥  
बुद्धि रहते हैं सुखदुःख सब अरु उसनाशत ॥  
नहीं रहे सुषुप्ति इससे न आत्मबुद्धि भासत २२

मन की उपाधि का कर्ता-भोक्तापना आदि आत्मों में  
अज्ञान से कल्पना किया जाता है जैसे जल का हिलना  
आदि जलके भीतर चन्द्रमा के प्रतिविम्ब में ॥ २१ ॥  
सुख दुःख ईच्छा आदि राग जो कि बुद्धि में उसके  
होते ही रहते हैं सुषुप्ति अवस्था में उस बुद्धि के नाश  
हो जाने पर नहीं रहते हैं इसलिये ये बुद्धि के ही  
धर्म हैं आत्मों के नहीं ॥ २२ ॥

## १४ श्रीआत्मबोध सटीक ।

प्रकाशोऽर्कस्य तोयस्य शैत्यमग्नेर्यथोष्णता ॥  
 स्वभावः सच्चिदानन्दानित्यनिर्मलतात्मनः ॥ २३ ॥  
 आत्मनः सच्चिदंशश्च बुद्धवृत्तिरिति द्वयम् ॥  
 संयोज्य चाविवेकेन जानामीति प्रवर्तते ॥ २४ ॥

जैसे अनल उष्ण जल शीत भानु रुचिभाविक ॥  
 सतचित सुखं नित निर्मलपरमात्म स्वभाविक २३  
 आत्म कर सत चित अंश वृत्ति बुद्धि नाना ॥  
 यह दुहुँ मिलि वश अज्ञान होत यह जाना २४

जैसे सूर्य का प्रकाशपना, जलकी शीतलता, अग्नि  
 की उष्णता स्वभावसे है ऐसेही आत्मा का सत्य होना  
 ज्ञान व आनन्दरूप होना सदैव रहना निर्मल होना ये  
 स्वाभाविक हैं ॥ २३ ॥ आत्मा का सत्य चैतन्य अंश और  
 बुद्धि के सुख दुःख इच्छा आदि काम ये दोनों मिल  
 के अज्ञान से मैं जानता हूँ सुखी हूँ दुःखी हूँ ऐसे  
 व्यवहार चलते हैं ॥ २४ ॥

आत्मनो विक्रिया नास्ति बुद्धेर्बोधो न जात्विति ॥

जीवः सर्वमलं ज्ञात्वा कर्ता द्रष्टृति मुह्यति २७ ॥

रज्जुसर्पवदात्मानं जीवं ज्ञात्वा भयं वहेत् ॥

नाहं जीवः परात्मेति ज्ञातं चेन्निर्भयो भवेत् २८

आत्मा के है न विकार न बुद्धि के ज्ञान ॥

मल जानि जीवं अस करत लखत वीराना २५ ॥

रज्जुअहि इव आत्महि जीवं जानि डर आनत ॥

यदि हों न जीवं परमात्म न डर अस जानत २६

आत्मा के विकार नहीं है और बुद्धि के ज्ञान नहीं होता है जीवात्मा सर्व मलिनता को जानके में करता हूँ मैं देखता हूँ ऐसा मोहित होता है ॥ २५ ॥ रस्सी को सर्प की तरह आत्मा को जीवं जानकर भय प्राप्त होता है यदि मैं जीवं नहीं हूँ परमात्मा हूँ ऐसा जाने तो निर्भय होता है ॥ २६ ॥



आत्मोवभासयत्येको बुद्ध्यादीनीन्द्रियाणि च ॥

दीपो<sup>२२</sup> घटादिवत्स्वात्मा जडैस्तैर्नावभास्यते २७

स्वबोधे नान्यबोधेच्छा बोधरूपतयात्मनः ॥

न दीपस्यान्यदीपेच्छा यथा स्वात्मा प्रकाशते २८

इक आत्म इन्द्रिय बुद्धि सभी को भासत ॥

दीपके घटे इव वे जड नहीं आत्म प्रकाशत २७

यह आत्म ज्ञानस्वरूप इसी से कोई ॥

निज ज्ञान दूसरेज्ञान चाह नहीं होई ॥

जस दीपक अन्य प्रदीपक चाहत नहीं ॥

तस स्वयं प्रकाशत यह आत्म अपनाही ॥ २८ ॥

एकही आत्मा बुद्धि और इन्द्रियों को प्रकाशित करता है उन जडों से आत्मा नहीं प्रकाशित होता है जैसे दीपके घटे<sup>२३</sup> को ॥ २७ ॥  
आत्मा ज्ञानरूप होने से अपने जानने पर दूसरे के जानने की इच्छा नहीं होती जैसे दीपक को दूसरे दीपक की इच्छा नहीं होती ऐसेही आत्मा स्वयं प्रकाश करता है ॥ २८ ॥

निषिध्य निखिलोपाधीनेति<sup>१</sup> नेतीति<sup>२</sup> वाक्यतः ॥  
 विद्यादैक्यं महावाक्यैर्जीवात्मपरमात्मनोः ॥ २६ ॥  
 आविर्द्यकं शरीरादि दृश्यं बुद्बुदवत्क्षरम् ॥  
 एतद्विलक्षणं विन्द्यादहं ब्रह्मेति निर्मलम् ॥ ३० ॥  
 श्रुति<sup>१</sup> से उपाधि<sup>२</sup> सब नेति<sup>३</sup> नेति<sup>४</sup> करि छेकै<sup>५</sup> ॥  
 जानै जीवात्म<sup>६</sup> परात्म तत्त्वमसि ऐकै ॥ २६ ॥  
 बुद्बुद इव क्षर देहादि<sup>७</sup> दृश्य जे तत्क्षण ॥  
 जानै निर्मल ब्रह्महि<sup>८</sup> हौं, इन्हि<sup>९</sup> विलक्षण ३०

नेति<sup>१</sup> नेति<sup>२</sup> इस वेदवाक्य से : सब उपाधियों का निषेध कर तत्त्वमसि महावाक्य से जीवात्मा परमात्मा की एकता जानै, ॥ २६ ॥ विद्यमान शरीर आदिक जो दिखलाई पड़ता है बुद्बुद की तरह नाशवान् जानै और मैं<sup>४</sup> इन्हि<sup>९</sup>से विलक्षण निर्मल ब्रह्म हूँ ऐसा जाने ॥ ३० ॥

देहेन्यैत्वान्न मे जन्मजराकार्श्यलयादयः ॥  
 शब्दादिविषयः संगो निरिन्द्रियतया न च ॥ ३१ ॥  
 अमर्नस्त्वान्न मे दुःखरागद्वेषभयादयः ॥  
 अप्राणो ह्यमनाः शुभ्र इत्यादिश्रुतिशासनात् ३२ ॥

तनु जन्म जरौ कृश मरण न मम हौं न्यारौ ॥  
 शब्दादिविषय संग नहौं इन्द्रियन पारा ३१ ॥  
 दुख द्वेष भयादिक राग न मर्म मन नाहौं ॥  
 नहि प्राण न मन हौं विमल वेद अस गाहौं ३२

जन्म बुढ़ापा मरण दुबला होना आदि देह में है, मुझमें नहीं है क्योंकि उससे अन्य हूँ और विना इन्द्रियवाला हूँ, इससे शब्द स्पर्श आदि विषयों का संग भी मेरा नहीं है ॥ ३१ ॥ विना मनवाला होने से राग द्वेष दुःख भय आदि मुझमें नहीं है वेद की आज्ञा से भी मैं विना प्राण व विना मनवाला निर्मल-रूप हूँ ॥ ३२ ॥

## श्रीआत्मबोध सर्गक ।

१६

एतस्माज्जायते प्राणो मनः सर्वेन्द्रियाणि च ॥  
 खंवायुज्योतिरपश्च पृथ्वी विशस्य धारिणी ३३  
 निर्गुणो निष्क्रियो नित्यो निर्विकल्पो निरञ्जनः  
 निर्विकारो निराकारो नित्यमुक्तोऽस्मिन् निर्मलः ३४

इससे होते<sup>१४</sup> मन प्राण व<sup>१०</sup> इन्द्रिय सारा ॥  
 नभ अनिल अर्नल जल धर<sup>११</sup>ण धर<sup>१२</sup>त संसार ३३  
 सत अगुण निर्गुण अक्रिय विकल्पहि न्यारा ॥  
<sup>१०</sup>हो निर्गकार नितमुक्त विमल अविकार ३४

इस आत्मा से प्राण, मन व सब इन्द्रियाँ  
 आकाश, वायु, अग्नि, जल और<sup>१०</sup> संसार के  
 धारण करनेवाली पृथ्वी उत्पन्न होती है ॥ ३३ ॥  
 सत्, रज, तम गुण से रहित, जाना, आना आदि  
 क्रिया से रहित, सदैव रहनेवाला, संकल्प विकल्प से  
 रहित, माया के दोषों से रहित, जन्म आदि पट्ट  
 विकारों से रहित, ~~निरुकार, सदा, मुक्त, स्व, निर्मल~~  
 है<sup>१०</sup> ॥ ३४ ॥

२० श्रीआत्मबोध सटीक ।

अहमाकाशवत्सर्ववैहिरन्तर्गतोऽच्युतः ॥

सदा सर्वसमः शुद्धो निस्संज्ञो निर्मलोऽचलः ॥ ३५ ॥

नित्यशुद्धविमुक्तैकमखण्डानन्दमद्वयम् ॥

सत्यं ज्ञानमनन्तं यत्परं ब्रह्माहमेव तत् ॥ ३६ ॥

मैं अच्युत नभे इव बाहर भीतर सबहीं ॥

निते शुद्ध विमल निस्संज्ञ अचल सम सबहीं ॥ ३५ ॥

नित शुद्ध मुक्त एक सुखैअखण्ड अद्वय सत ॥

जो परब्रह्म विज्ञान अनन्तहि हूँ तत् ॥ ३६ ॥

मैं आकाश की नाह सबमें बाहर भीतर

रहनेवाला, नाशरहित, सदा सबमें बराबर

निर्दोष, सबसे अलग, निर्मल, अचल हूँ ॥ ३५ ॥

सदा स्वच्छ मुक्त एक अद्वितीय अखण्ड आनन्द जो

सत्य अनन्त ज्ञानरूप पर ब्रह्म है वै ही मैं

हूँ ॥ ३६ ॥

एवं निरन्तराभ्यस्ता ब्रह्मवास्मेति वासना ॥

हरत्यविद्याविदोपानोर्गोनिर्व रसार्थनम् ॥ ३७ ॥

विविक्तदेश आसीनो विरागो विजितेन्द्रियः ॥

भावयेदेकमात्मानं तमनन्तमनन्यधीः ॥ ३८ ॥

हौं ब्रह्महि नित अभ्यास वासना ऐसी ॥

नाशत अवोर्ध विक्षेप भिषंज रुजं जैसी ३७

विनराग जितेन्द्रिय विजैन सुआसन लावै ॥

यकचित उर्स इक आत्म अनन्त को भावै ३८

ऐसी प्रतिदिन की अभ्यासवाली यह वासना कि मैं

ब्रह्महीं हूँ अज्ञान के विक्षेपों को दूर करती है जैसे

रसार्थन रोगों को ॥ ३७ ॥ एकान्त स्थान में आसन

पर बैठ वैराग्यवान् व जितेन्द्रिय हो एकाग्रचित्त कर

उर्स अनन्त अद्वितीय परमात्मा का ध्यान करे ॥ ३८ ॥

२२ श्रीआत्मबोध सटीक ।

आत्मन्येवाखिलं दृश्यं प्रविलाप्य धियां सुधीः ।  
भावयेदेकमात्मानं निर्मलाकाशवत्सदा ॥ ३६ ॥  
नामवर्णादिकं सर्वं विहाय परमार्थवित् ॥  
परिपूर्णचिदानन्दस्वरूपेणावतिष्ठते ॥ ४० ॥

सब दृश्य सुमति मति से आत्महि लयलावे ॥  
निर्त विमल सरिस आकाश आत्म इकं भवे ३६  
तजि नाम वर्ण आदिक सब ब्रह्मज्ञानी ॥  
परिपूर्ण सच्चिदानन्द रूप रह प्रानी ॥ ४० ॥

सुन्दर बुद्धिवाला पुरुष बुद्धिसे सब दिखते हुए  
संसार को आत्मा में ही लीन करके सदा निर्मल  
आकाश की तरह एक परमात्मा का ध्यान करे ॥ ३६ ॥  
आत्मज्ञानी पुरुष सब नामवर्ण आदि छोड़के पूरे  
चैतन्यानन्द रूप से रहता है ॥ ४० ॥

ज्ञातृज्ञानज्ञेयभेदः परात्मनि न विद्यते ॥  
चिदानन्दैकरूपत्वादीप्यते स्वयमेव हि ॥ ४१ ॥  
एवमात्मारणौ ध्यानमथने सततं कृते ॥  
उदितावर्गतिज्वाला सर्वाज्ञानेन्धनं दहेत् ॥ ४२ ॥

आत्मा में ज्ञाता ज्ञेय ज्ञान है नहीं ॥  
चित्त सुख स्वरूप इक लसत आपही माहीं ४१  
अस आत्मअरणि में नितै करि मथन ध्याना ॥  
गति अनल उदित सब दहत समिध अज्ञाना ४२

जाननेवाला व जानने की वस्तु और जिसके द्वारा जाना जावे ये भेद परमात्मा में नहीं हैं सच्चिदानन्दरूप होने से अपने आपही प्रकाशित होता है ॥ ४१ ॥ इस प्रकार सदा अरणिरूपी आत्मा में मथनरूपी ध्यान करने से उत्पन्न हुई अग्निरूपी अभ्यास की गति सारे ईधनरूपी अज्ञान को भस्म करती है ॥ ४२ ॥



## २४ . श्रीआत्मबोध सटीक ।

अरुणेनेव बोधेन , पूर्वसंतमसे , हृते ॥  
 तत आविर्भवेदात्मा स्वयमेवांशुर्मानिव ॥ ४३ ॥  
 आत्मा तु सततं प्राप्तोऽप्यप्राप्यैवदविद्यया ॥  
 तन्नाशे प्राप्तवद्भाति स्वकण्ठभरणं यथा ॥ ४४ ॥

जस अरुण प्रथम तम नाशेत अस विज्ञाना ॥  
 फिर आपहि प्रकटत आत्म अदित्य समाना ४३  
 नित प्राप्त आत्म विनप्राप्त अविद्यादूषण ॥  
 उर्सनसत प्राप्त अस कंस जस निजगेल भूषण ४४

पहले घोर अन्धकार के दूर करते अरुण ( ललाई )  
 की तरह ज्ञान से ' अज्ञान दूर होता है ' फिर सूर्य  
 की तरह आत्मा अपने 'आपहि उदय होता है ॥ ४३ ॥  
 निरन्तर रहता हुआ भी आत्मा अज्ञान से न रहने  
 की बराबर है, और उस अज्ञान के दूर होते पहले ही  
 से रहता हुआ सा मालूम होता है जैसे ' अपने गले'  
 का आभूषण ॥ ४४ ॥

## श्रीआत्मबोध सटीक ।

२५

स्थाणौ पुरुषैवद्भ्रान्त्या कृता ब्रह्मणि जीवता ॥  
जीवस्य तत्त्विकीरूपे तस्मिन्दृष्टे निर्वर्तते ४५ ॥  
तत्त्वस्वरूपानुभवादुत्पन्नं ज्ञानमज्ञसां ॥  
अहं ममोति चाज्ञानं बाधते दिग्भ्रमादिवत् ४६ ॥

भ्रम से किये ब्रह्महि जीवें यन्तु मैं नरें सम ॥  
देखते उस तत्त्वस्वरूप जीवें नाशित भ्रम ४५  
निज तत्त्वरूपे अनुभव से हो जो ज्ञाना ॥  
दिग्भ्रम इव शीघ्र हरेत 'मैं', 'मम' अज्ञाना ४६

भ्रम से ठूठें मैं मनुष्य की तरह ब्रह्म में जीवित्व  
किया गया है जीवें का तत्त्व स्वरूप वैसे ब्रह्म के  
देखने से अज्ञान से हुआ जीवभाव दूर होजाता है ४५  
अपना तत्त्वरूप जान लेने से बलज हुआ ज्ञान शीघ्रही  
'मैं', 'मेरा' यह अज्ञान दूर करता है जैसे ज्ञान होने पर  
दिशा का भ्रम ॥ ४६ ॥

सम्यग्बिज्ञानवान्यो<sup>१</sup> गी स्वात्मन्येवा<sup>२</sup>खिलं स्थितं<sup>३</sup>म्  
 एकं च सर्वमात्मानमीक्षते<sup>४</sup> ज्ञानचक्षुषा ४७ ॥  
 आत्मै<sup>५</sup> वेदं<sup>६</sup> जगत्सर्वमात्मनोऽन्यन्न<sup>७</sup> विद्यते ॥  
 मृदो यद्वद्धटादीनि स्वात्मानं सर्वमीक्षते ॥ ४८ ॥

पूरन ज्ञानी योगी निजस्थित<sup>८</sup> सब देखत ॥  
 अरु ज्ञानदृष्टि से सब ईक आत्महि पेखत ॥ ४७ ॥  
 यह सब जग आत्माही है और न कोई ॥  
 निजआत्म लखत सब जस घटे मिट्टिहि<sup>९</sup> सोई ४८

अच्छे प्रकार का ब्रह्मज्ञानी योगाभ्यास में लगा  
 हुआ 'ज्ञानदृष्टि'<sup>३</sup> से अपनाही<sup>४</sup> में सब को स्थित  
 और सब एक आत्मा है ऐसा देखता है ॥ ४७ ॥  
 यह सब संसार आत्माही<sup>५</sup> है आत्मा से अन्य कुछ नहीं  
 है<sup>६</sup> जैसे<sup>७</sup> मिट्टी<sup>८</sup> और घड़े<sup>९</sup> आदि मिट्टी ही हैं ऐसे  
 ही सबको अपनी आत्मा ही देखता है ॥ ४८ ॥

## श्रीआत्मबोध सटीक ।

२७

जीवन्मुक्तिस्तु तद्विद्वन्पूर्वोपाधिगुणांस्त्यजेत् ॥  
 सच्चिदानन्दरूपत्वाद्भवेद्भ्रमरकीटवत् ॥ ४६ ॥  
 तीर्त्वा मोहार्णवं हत्वा रागद्वेषादिराक्षसान् ॥  
 योगी शान्तिसमायुक्तो ह्यात्मरामो विराजते ५०

ज्ञानी उपाधि<sup>३</sup> गुण<sup>४</sup> तर्जत मुक्त<sup>५</sup> हो ऐसे<sup>६</sup> ॥  
 सतचित सुखरूप<sup>७</sup> से किमिम<sup>८</sup> धुकर जैसे ॥ ४६ ॥  
 योगी तैरि मोह जलाधि<sup>९</sup> हँति राक्षस<sup>१०</sup> द्वन्दा ॥  
 युत शान्तिहि<sup>११</sup> आत्मराम लसत निष्फन्दा ॥ ५० ॥

और उस ब्रह्म को जाननेवाला पहले<sup>३</sup> के नाम वर्ण  
 आदि उपाधि और गुणों को छोड़ देवे सच्चिदानन्दरूप<sup>५</sup>  
 होने से जीताही हुआ मुक्तिरूप होजाता है जैसे कीड़ा  
 भ्रमर ॥ ४६ ॥ योगाभ्यास करनेवाला मोहरूपी समुद्र  
 को उतर राग द्वेष आदि राक्षसों को मार शान्ति से  
 भरा हुआ अपनी आत्माही में आराम करता हुआ  
 विराजमान होता है ॥ ५० ॥

२८ श्रीआत्मबोध सटीक ।

बाह्यानित्यसुखासक्तिं हित्वात्मसुखनिवृत्तः ॥  
 घटस्थो दीपवत्स्वच्छः स्वान्तरेव प्रकाशते ५१ ॥  
 उपाधिस्थोऽपि तद्धर्मन लिप्तो व्योमवन्मुनिः ॥  
 सर्वविन्मूढवत्तिष्ठेदसक्तो वायुवच्चरेत् ॥ ५२ ॥

तजिबाह्य असत सुखरति निजसुखहि विलासत  
 अन्तरहि दीपे घटथितइव विमल प्रकासत ॥ ५१ ॥  
 नभइव उपाधि थित मुनि उस धर्म न राता ॥  
 सर्वविद जड इव रह विरत चले जसवाता ॥ ५२ ॥

बाहर के झूठे सुखों का लगाव छोड़ आत्मसुख  
 से युक्त अपने अंतर् में ही घड़े में रखे  
 दीपक की तरह साफ़ प्रकाशता है ॥ ५१ ॥  
 नाम वर्ण आदि उपाधियों में रहता हुआ भी मुनि  
 उनके धर्मों से आकाश की तरह नहीं लिपटता है सब  
 कुछ जानता हुआ भी अज्ञानी की तरह रहे और विना  
 लगाव वायु की तरह आचरण करे ॥ ५२ ॥

उपाधि<sup>२</sup>विलयाद्विष्णौ निर्वि<sup>३</sup>शेषं विंशे<sup>५</sup>मुनिः ॥  
जल<sup>१</sup> जलं वि<sup>२</sup>यद्व्यो<sup>३</sup>म्नि तेज<sup>३</sup>स्तेज<sup>३</sup>सि वा यथा ५३  
यल्ल<sup>१</sup>भाना<sup>१</sup>परो<sup>१</sup> लाभो यत्सु<sup>५</sup>खाना<sup>५</sup>परं सुखं ॥  
यज्ज्ञाना<sup>१२</sup>ना<sup>१</sup>परं ज्ञानं तद्ब्रह्मे<sup>१३</sup>त्यवध<sup>१४</sup>ारयेत् ५४ ॥  
नाशत उपाधि मुनि ब्रह्महि मिलेत अशेष<sup>१</sup>हि  
जल<sup>१</sup>म जल तेज<sup>३</sup>हि तेज<sup>३</sup> नभ<sup>१</sup>हि नभ<sup>१</sup> जैस<sup>१</sup>हि ॥ ५३ ॥  
जैहि<sup>५</sup> सुख सुख अपर न लाभ लाभ जैहि<sup>१</sup> कोई ॥  
जैहि<sup>१</sup> ज्ञान न दूसर ज्ञान ब्रह्म भज सोई<sup>१३</sup> ॥ ५४ ॥

मनन करनेवाला उपाधियों के दूर होने से भगवान्  
में पूरी रीति से लीन<sup>५</sup> होता है जैसे<sup>६</sup> जल में जल आकाश  
में आकाश और<sup>१</sup> अग्नि में अग्नि ॥ ५३ ॥ जिस आत्म-  
लाभ से अधिक दूसरा लाभ<sup>३</sup> नहीं जिस सुख से  
अधिक दूसरा सुख<sup>५</sup> नहीं जिस ज्ञान से अधिक दूसरा  
ज्ञान नहीं वही<sup>१३</sup> ब्रह्म है ऐसा विचार कर ॥ ५४ ॥

यद्दृष्ट्वा<sup>२</sup> न<sup>५</sup> परं<sup>३</sup> दृश्यं<sup>४</sup> यद्भूत्वा<sup>५</sup> न<sup>६</sup> पुनर्भवः<sup>७</sup> ॥  
 यज्ज्ञात्वा<sup>११</sup> न<sup>१४</sup> परं<sup>१२</sup> ज्ञानं<sup>१३</sup> तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत्<sup>१५</sup> ॥ ५५ ॥  
 तिर्यगूर्ध्वमधः<sup>१६</sup> पूर्णं<sup>१७</sup> सच्चिदानन्दमद्वयम्<sup>१८</sup> ॥  
 अनन्तं<sup>१९</sup> नित्यमेकं<sup>२०</sup> यत्तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत्<sup>२१</sup> ॥ ५६ ॥

जेहि<sup>१</sup> लखि न<sup>५</sup> लखेन कछु<sup>३</sup> फिरि न<sup>६</sup> होब जेहि<sup>४</sup> होई  
 जेहि<sup>१</sup> जानि न<sup>५</sup> जानन कछुक<sup>३</sup> ब्रह्म<sup>४</sup> भज सोई<sup>१५</sup> ॥ ५५ ॥  
 अंध<sup>१६</sup> उपरि<sup>१७</sup> तिरछे<sup>१८</sup> पूर्ण<sup>१९</sup> नित्य<sup>२०</sup> एक<sup>२१</sup> जोई<sup>२२</sup> ॥  
 सतचित्त<sup>२३</sup> सुख<sup>२४</sup> अद्वय<sup>२५</sup> नन्त<sup>२६</sup> ब्रह्म<sup>२७</sup> भज<sup>२८</sup> सोई<sup>२९</sup> ॥ ५६ ॥

जिस आत्मा को देखकर और देखना नहीं रहता  
 व जिस आत्मरूप होजाने पर फिर होना नहीं होता व  
 जिसका ज्ञान होने से और जानना नहीं रहता वही  
 ब्रह्म है ऐसा विचार करे ॥ ५५ ॥ जो एक नित्य अनन्त  
 अद्वितीय सच्चिदानन्द तिरछे ऊपर नीचे पूर्ण है वही  
 ब्रह्म है ऐसा विचार करे ॥ ५६ ॥

अतद्व्यावृत्तिरूपेण वेदान्तैर्लक्ष्यतेऽव्ययम् ॥  
 अखण्डानन्दमेकं यत्तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत् ॥ ५७ ॥  
 अखण्डानन्दरूपस्य तस्यानन्दलैवाश्रिताः ॥  
 ब्रह्माद्यास्तारतम्येन भवन्त्यानन्दिनोऽखिलाः

इकै<sup>५</sup> सुख अखण्ड अव्यय 'श्रुति' लक्षित जोई ॥  
 'वह नहिं ईस आवृत्तिरूप' ब्रह्मं भजे सोई<sup>६</sup> ॥ ५७ ॥  
 आश्रित लैव सुख सुखरूप अखण्डित ओही ॥  
 ब्रह्मादिक<sup>५</sup> कक्षावार सुखी सँव होही ॥ ५८ ॥

जो अविनाशी एक<sup>५</sup> अखण्ड आनन्दरूप,  
 बार बार नेति<sup>१</sup> नेति रूप से वेदान्तद्वारा<sup>२</sup> समझाया  
 जाता है वही ब्रह्म<sup>१</sup> है ऐसा विचार करे ॥ ५७ ॥  
 उस<sup>३</sup> अखण्डआनन्दरूप परमात्मा के लवमात्र  
 आनन्द का आसरा लेकर सँव ब्रह्मा आदिक क्रम से  
 अधिकाधिक आनन्दित्र होते<sup>४</sup> हैं ॥ ५८ ॥



तद्युक्तामखिलं वस्तु व्यवहारस्तदन्विनः ॥  
 तस्मात्सर्वगतं ब्रह्म क्षीरे सर्पिरिव खिले ५६ ॥  
 अनन्यस्थूलमहस्वमदीर्घमजमव्ययम् ॥  
 अरूपगुणवर्णरूपं तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत् ॥ ६० ॥

उस युत है वस्तु संकल उस युत व्यवहारा ॥  
 इससे सर्वमें प्रभु जैसे घृत युत पयसारा ॥ ५६ ॥  
 अज अव्यय ह्रस्व न दीर्घ थूल अणु नहीं ॥  
 विन रूपात्म गुण वर्ण ब्रह्म भोज वाही ॥ ६० ॥

सारी वस्तु उस परमात्मा से मिली हुई है और सब व्यवहार में भी उसका मेल है इसलिये ब्रह्म सर्वत्र है<sup>१२</sup> जैसे सभी दूध में घी<sup>११</sup> ॥ ५६ ॥ जो बहुत बारीक अणु नहीं है, स्थूल नहीं है, छोटा नहीं है, बड़ा नहीं है, न जन्म लेता है, न मरता है और रूप गुण वर्ण नाम आदि नहीं है वही ब्रह्म है ऐसा विचार करे ॥ ६० ॥

यन्नासा भासतेऽर्कादिभास्यैतु न भास्यते ॥

येन सर्वमिदं भाति तद्ब्रह्मत्यवधारयेत् ॥ ६१ ॥

स्वयमन्तर्वहिर्वाप्य भासयन्नखिलं जगत् ॥

ब्रह्म प्रकाशते वह्निमतप्रायसपिण्डवत् ॥ ६२ ॥

जिसे भा भासित भान्वादि न भासित जोई ॥

जिसमे राजते यहं सकल ब्रह्म भजे सोई ॥ ६१ ॥

प्रभु आप व्यापि सब जग वहिरन्तर भासत ॥

जस लोहपिण्ड परितप्त हुताश प्रकासत ॥ ६२ ॥

जिस परमात्मा के प्रकाश से सूर्य आदि प्रकाशित होते हैं और जिस सूर्य आदि के प्रकाश से वह नहीं प्रकाशित होता है जिससे यह सब संसार सुशोभित है वही ब्रह्म है ऐसा विचार करे ॥ ६१ ॥ परब्रह्म अपने आप भीतर बाहर व्याप कर सारे संसार को प्रकाशित करता हुआ जलते हुए अग्नि से लोह के गोले की तरह प्रकाशित होता है ॥ ६२ ॥

जगद्विलक्षणं ब्रह्म ब्रह्मणोऽन किञ्चन ॥  
 ब्रह्मान्यद्भाति चेन्मिथ्यां यथा गरुमरीचिका ६३  
 दृश्यते श्रूयते यच्चद्ब्रह्मणोऽन्यन्न तद्भवेत् ॥  
 तत्त्वज्ञानाच्च तद्ब्रह्म सच्चिदानन्दमद्वयम् ॥ ६४ ॥

है<sup>१</sup> ब्रह्म<sup>३</sup> विलक्षण<sup>४</sup> जग<sup>५</sup> कछु<sup>६</sup> अपर<sup>७</sup> न<sup>८</sup> होई ॥  
 जैसे<sup>९</sup> मरु<sup>१०</sup> मरीचि<sup>११</sup> है झूठ<sup>१२</sup> लसत<sup>१३</sup> २ कोई ॥ ६३ ॥  
 जो<sup>१४</sup> सुनिय<sup>१५</sup> देखिये<sup>१६</sup> ब्रह्म<sup>१७</sup> य<sup>१८</sup> वहि<sup>१९</sup> होई ॥  
 ईक<sup>२०</sup> ब्रह्म<sup>२१</sup> ज्ञान<sup>२२</sup> से वरु<sup>२३</sup> सत<sup>२४</sup> चित्त<sup>२५</sup> सुख<sup>२६</sup> सोई<sup>२७</sup> ॥ ६४ ॥

१ ब्रह्म संसार से विलक्षण है ब्रह्म से अन्य कुछ भी  
 नहीं है यदि ब्रह्म से अन्य मालूम हो तो झूठ है जैसे<sup>१२</sup>  
 निर्जल स्थान में जल की तरह सूर्य की किरण ॥ ६३ ॥  
 जो 'जो' दिखलौई सुनाई पड़ता है वह ब्रह्म से  
 अन्य नहीं होता है और<sup>१८</sup> वह तत्त्वज्ञान से अद्वितीय<sup>२७</sup>  
 सच्चिदानन्द ब्रह्म ही है ॥ ६४ ॥

सर्वगं सच्चिदात्मानं ज्ञानचक्षुर्निरीक्षते ॥

अज्ञानचक्षुर्नक्षते भास्वन्तं भानुमन्वत् ॥ ६५ ॥

श्रवणादिभिरुदीप्तो ज्ञानाग्निपरितापितः ॥

जीवं; सर्वमैलान्पुष्कः स्वर्णवद्द्योतते स्वयम् ॥ ६६ ॥

सैवगत चिदात्म सतरूप ज्ञानदृग देहिन ॥

जस अन्धं प्रकाशित रंवि न कुर्मति दृगपेक्षत ६५

श्रवणादि प्रज्वलित जीवं उज्ज्वलित ज्ञानानल ॥

सवमलं विमुक्त जस सोनं स्वयं भासत भल ॥ ६६ ॥

ज्ञानं दृष्टिवाला सच्चिदानन्दे परमात्मा को सबमें

रहता हुआ देखता है अज्ञान दृष्टिवाला नहीं देखता

है<sup>७</sup> जैसे अन्धों प्रकाश करते हुए सूर्य

को<sup>८</sup> ॥ ६५ ॥ वेदान्त श्रवण मनन आदि से

जगाये हुए ज्ञानरूपी अग्नि से जैले हुए सब

मलीनताओं ने छूटा हुआ जीवं सोने की<sup>९</sup> तरह अपने

आप चमचमाता है ॥ ६६ ॥

हृदाकाशोदितो ह्यात्मबोधभानुस्तमोऽपहृत् ॥  
 सर्वव्यापी सर्वधारी भान्ति सर्वं प्रकाशते ॥ ६७ ।

प्रभु ज्ञानभानु उरनम उगि,  
 तम हति भासतं ॥  
 सब व्यापक सर्वाधार,  
 सर्वहि परकासत ॥ ६७ ॥

आत्मा ज्ञानरूपी सूर्य है आकाशरूपी हृदय में  
 उदय हो अन्धकाररूपी अज्ञान को दूर कर सबमें  
 व्याप्त होकर सबको धारण करते व सर्वको प्रकाशित  
 करते सुशोभित होता है ॥ ६७ ॥

दिग्देशकालाद्यनपेक्षं सर्वगं  
शीतादिहमित्यमुखं निरञ्जनम् ॥

हरिगीतिका ॥

जो ज्ञान से चिन्क्रियाँ अस्त,

नित चित विचारहिं लावहीं ।

दिशि देश कालादिक न देखत,

स्वात्म-तीरथ ध्यावहीं ॥

जो विचार त्यागी पुरुष स्थान समैय आदि को  
बिना देखे शीत उष्ण आदि के दूर करनेवाले सबमें  
रहनेवाले माया-रहित नित्य आनन्दरूप अपने

यः स्वात्मतीर्थं भजते विनिष्क्रियः

स सर्ववित्सर्वगतोऽमृतो भवेत् ॥ ६८ ॥

इति श्रीपरमहंसपरिव्राजकाचार्यश्रीमच्छंकराचार्य-

प्रणीत आत्मबोधः समाप्तः ।

सर्वगत निरञ्जन नित्यसुख,

शीतादि<sup>१</sup> जहँ नहि आवहीं ।

वैह सकलचिद सर्वगत विमुक्त<sup>२</sup>हि,

होयै पर पद पावहीं ॥ ६८ ॥

आत्मतीर्थ को सेवन करता है वह सब कुछ<sup>३</sup> जाननेवाला  
सबसे रहता हुआ मुक्त<sup>४</sup> होता है ॥ ६८ ॥

एकोनविंशति शत द्विसतति सर सुधाकर वार ।  
 अरु कुहु असित आपाङ्गूरित आत्मबोध उदार ॥  
 यहि अन्वयाङ्कित तिलक पद्म मुगध भाषाकार ।  
 किय सूर्यदीन प्रवीन जन पढ़ि लहहि अतिसुखसार ॥

इति श्रीआत्मबोधे मनोरमा भाषाटीका समाप्ता ।

---





